



BWYDLEN GYNRADD

WYTHNOS 1

WYTHNOS 2

WYTHNOS 3

DYDD LLUN

Bysedd Pysgod heb glwten
Ciwbiau Tatws
Ffa Pob, India-corn, Pys Gardd, Salad
Sbwng Mafon ac Eirin Gwlanog heb glwten a
Chwstard

DYDD LLUN

Omlod Bach gyda Selsig Porc heb glwten
Neu Tsili Pum Ffa gyda Bara Ffrengig
Talpiau Tatws neu Reis Llysiau
Ffa Pob, Pys Gardd, Salad
Sbwng Eve heb glwten a Chwstard

DYDD LLUN

Bysedd Pysgod heb glwten
Taten Bob neu Tatws Sauté
Pys Gardd, India-corn, Brocoli, Salad
Brownies Afal Taffi heb glwten gyda darnau o
Ffrwythau

DYDD MAWRTH

Bolognaise Cig Eidion
Pasta heb glwten neu Dalpiau Tatws
Llysiau Cymysg, Brocoli, Salad
logwrt Ffrwythau neu Ffrwythau Ffres

DYDD MAWRTH

Belen Planhigion Llysiau mewn Saws Tomato
Pasta heb glwten neu Giwbiau Tatws
Brocoli, Pys Gardd, India-corn, Salad
logwrt Ffrwythau neu Ffrwythau Ffres

DYDD MAWRTH

Byrger Llysiau Deheuol (dim rhodyn bara)
Talpiau Tatws
Llysiau Cymysg, Pys Gardd, India-corn, Salad
logwrt Ffrwythau neu Ffrwythau Ffres

DYDD MERCHER

Twrci Rhost a Stwffin mewn Grefi heb glwten
Tatws wedi'u Berwi neu Hufenog
Bresych Gwyrdd, Moron a Chiwbiau Swêd
Jeli gyda Chwyrlio Mefus

DYDD MERCHER

Porc Rhost a Saws Afal mewn Grefi heb glwten
Neu Gaserol Llysiau
Tatws wedi'u Berwi neu Hufenog
Ffa Gwyrdd, Swêd a Brocoli
Pwddin Reis Trofannol

DYDD MERCHER

Cig Eidion Rhost gyda Grefi heb glwten
Tatws wedi'u Berwi neu Hufenog
Bonion Moron, Bresych, Swêd
Hufen lâ gyda Thalpiau Ffrwythau

DYDD IAU

Pastai Bwthyn Llysiau a Ffacbys
Tatws wedi'u Berwi neu Hufenog
Moron, Pys Gardd, Brocoli, Salad
logwrt Ffrwythau neu Ffrwythau Ffres

DYDD IAU

Ffiled Cyw Iâr mewn Grefi heb glwten
Tatws wedi'u Berwi neu Hufenog
Moron, Bresych, Llysiau'r Wlad, Salad
logwrt Ffrwythau neu Ffrwythau Ffres

DYDD IAU

BPstai Llysiau Gardd
Tatws wedi'u Berwi neu Hufenog
Ffa Pob, Moron, Pys Gardd
logwrt Ffrwythau neu Ffrwythau Ffres

DYDD GWENER

Bysedd Pysgod heb glwten
Reis Llysiau neu Sglodion Tatws
Llysiau Cymysg, India-corn, Brocoli, Salad
Mandarin a Sbwng ar ei ben heb glwten

DYDD GWENER

Selsig Porc heb glwten
Taten Bob neu Sglodion Tatws
India-corn Bach, Llysiau Cymysg, Salad
Myffin Ffrwythau heb glwten

DYDD GWENER

Tikka/Korma Cyw Iâr
Reis Llysiau neu Sglodion Tatws
Brocoli, India-corn, Pys Gardd, Salad
Jeli Mefus gyda Chwyrlio Mefus

ENW:

YSGOL:

**ALERGEDD:
Heb Glwten**

**Hefyd ar gael
yn ddyddiol:**

Ffrwythau ffres
logwrt
Llaeth Hanner Sgim
Dŵr

**DIM OND Y
BWYD A NODIR
AR Y FWYDLEN
HON SYDD I'W
GWASANAETHU**

BRIDGEND
County Borough Council